

## Heti étlap: 2024. 11. 18. - 2024. 11. 22. A-MENÜ / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 4-6 év

Törökszentmiklós Városi Bölcsőde és Főzőkonyha, 5200 Törökszentmiklós, Oballai út HRSZ:8982

	2024. 11. 18. hétfő	2024. 11. 19. kedd	2024. 11. 20. szerda	2024. 11. 21. csütörtök	2024. 11. 22. péntek	2024. 11. 23. szombat
<b>T í z ó r a i</b>	<b>Karamell *7*</b> <b>Fonottkalács *1,3,7*</b> <b>Csészés margarin *7*</b>  <i>En: 1083 kj /258 kc; Feh: 8,5 gr;                      Szh:32gr;Cuk:10gr;Só:0,2 gr;                      Zsír:10,2gr;Tzs:1,5gr;Kalc:237,8 gr</i>  Glutén, Tojás, Tej	<b>Citromos tea *12*</b> <b>Sonkaszalámi *1*</b> <b>Félbarna kenyér *1*</b> <b>Csészés margarin *7*</b> <b>Alma</b>  <i>En: 1356 kj /323 kc; Feh: 8,6 gr;                      Szh:30gr;Cuk:20,1gr;Só:0,1 gr;                      Zsír:10,5gr;Tzs:2,4gr;Kalc:24,9 gr</i>  Glutén, Tej, Szulfítok	<b>Házi gyümölcsös joghurt *7*</b> <b>Kifli *1,7*</b>  <i>En: 1008 kj /240 kc; Feh: 8 gr;                      Szh:37gr;Cuk:12,4gr;Só:0,5 gr;                      Zsír:5,7gr;Tzs:2,9gr;Kalc:385 gr</i>  Glutén, Tej	<b>Tej *7*</b> <b>Búzakorpás diákrúd *1,7*</b> <b>Csészés margarin *7*</b> <b>Zöldpaprika</b>  <i>En: 1258 kj /299 kc; Feh: 13,4 gr;                      Szh:42gr;Cuk:0gr;Só:0,5 gr;                      Zsír:10,4gr;Tzs:1,5gr;Kalc:335,4 gr</i>  Glutén, Tej	<b>Kakaó *7*</b> <b>Teljes kiőrlésű kenyér *1*</b> <b>Vajkrém *7*</b> <b>Kígyóborka</b>  <i>En: 1210 kj /288 kc; Feh: 12,5 gr;                      Szh:46gr;Cuk:10gr;Só:0,3 gr;                      Zsír:9gr;Tzs:0gr;Kalc:255,22 gr</i>  Glutén, Tej	
<b>E b é d</b>	<b>Brokkoli krémleves *1,3,7,9*</b> <b>Tarhonyáshús *1,3,4,6,7,9*</b> <b>Őszibarack befőtt</b>  <i>En: 2235 kj /532 kc; Feh: 28,1 gr;                      Szh:72gr;Cuk:1,1gr;Só:1,2 gr;                      Zsír:15,7gr;Tzs:0,6gr;Kalc:206,12 gr</i>  Glutén, Tojás, Hal, Szójabab, Tej, Zeller, Tej, Tojás	<b>ABC tésztaleves *1,3,7,9,10*</b> <b>Paradicsomoskáposzta *1*</b> <b>Fasírt *1,3*</b>  <i>En: 1959 kj /466 kc; Feh: 22,3 gr;                      Szh:64gr;Cuk:20,3gr;Só:0,8 gr;                      Zsír:11,6gr;Tzs:0,1gr;Kalc:193,15 gr</i>  Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Tej, Tojás	<b>Frankfurti leves *1,3,6,7,9*</b> <b>Túrós metélt *1,3,7*</b> <b>Porcukor</b> <b>Mandarin</b>  <i>En: 2206 kj /525 kc; Feh: 25 gr;                      Szh:67gr;Cuk:0,7gr;Só:0,9 gr;                      Zsír:17,2gr;Tzs:0,6gr;Kalc:181,42 gr</i>  Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Zeller, Tej, Tojás	<b>Tojásleves *1,3,7,9*</b> <b>Sárgaborsó főzelék *1,10*</b> <b>Lecsószelet *1*</b>  <i>En: 2078 kj /495 kc; Feh: 31,6 gr;                      Szh:29gr;Cuk:1,1gr;Só:0,8 gr;                      Zsír:14,3gr;Tzs:0,1gr;Kalc:76,26 gr</i>  Glutén, Tojás, Tej, Zeller, Mustár, Tej, Tojás	<b>Almaleves *1,3,7,12*</b> <b>Rántott hal *1,3,4*</b> <b>Rizibizi</b> <b>Majonéz *3,10*</b>  <i>En: 1928 kj /459 kc; Feh: 31,5 gr;                      Szh:89gr;Cuk:16,3gr;Só:0,9 gr;                      Zsír:8gr;Tzs:1,7gr;Kalc:146,36 gr</i>  Glutén, Tojás, Hal, Tej, Mustár, Szulfítok	
<b>U z s o n n a</b>	<b>Sertés májkrém *6,9,10*</b> <b>Teljes kiőrlésű zsemle *1*</b> <b>Kaliforniai paprika</b>  <i>En: 1250 kj /298 kc; Feh: 12 gr;                      Szh:56gr;Cuk:0,4gr;Só:0,5 gr;                      Zsír:5,8gr;Tzs:2,1gr;Kalc:24,1 gr</i>  Glutén, Szójabab, Zeller, Mustár	<b>Trappista sajt *7*</b> <b>Teljes kiőrlésű kenyér *1*</b> <b>Csészés margarin *7*</b> <b>Kígyóborka</b>  <i>En: 1114 kj /265 kc; Feh: 11,5 gr;                      Szh:24gr;Cuk:0gr;Só:0,6 gr;                      Zsír:13,7gr;Tzs:5,8gr;Kalc:217,42 gr</i>  Glutén, Tej	<b>Kolbászkrém *1,6,7,9,10,12*</b> <b>Teljes kiőrlésű kenyér *1*</b> <b>Retek</b>  <i>En: 1167 kj /278 kc; Feh: 6,7 gr;                      Szh:25gr;Cuk:0,1gr;Só:0,3 gr;                      Zsír:15,6gr;Tzs:6,9gr;Kalc:25,45 gr</i>  Glutén, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár, Szulfítok	<b>Dejós rétes *1,3,6,7,11*</b>  <i>En: 1090 kj /260 kc; Feh: 15,3 gr;                      Szh:53gr;Cuk:0gr;Só:0 gr;                      Zsír:17,8gr;Tzs:0gr;Kalc:0 gr</i>  Glutén, Tojás, Szójabab, Tej, Szezámag	<b>Eper lekvár *3,7,10*</b> <b>Csészés margarin *7*</b> <b>Félbarna kenyér *1*</b>  <i>En: 1008 kj /240 kc; Feh: 4,1 gr;                      Szh:18gr;Cuk:15,2gr;Só:0,1 gr;                      Zsír:6,4gr;Tzs:1,8gr;Kalc:11,8 gr</i>  Glutén, Tojás, Tej, Mustár, Eper	
	<i>En: 4567 kj /1087 kc; Feh:48,6 gr;                      Szh:161gr;Cuk:11,5gr;Só:1,9gr;Zsír:31,8 gr;                      Tzs:4,2 gr;Kalc:468,02 gr</i>	<i>En: 4429 kj /1054 kc; Feh:42,3 gr;                      Szh:118gr;Cuk:40,5gr;Só:1,4gr;Zsír:35,9 gr;                      Tzs:8,4 gr;Kalc:435,47 gr</i>	<i>En: 4381 kj /1043 kc; Feh:39,6 gr;                      Szh:128gr;Cuk:13,3gr;Só:1,7gr;Zsír:38,5 gr;                      Tzs:10,5 gr;Kalc:591,88 gr</i>	<i>En: 4425 kj /1054 kc; Feh:60,3 gr;                      Szh:124gr;Cuk:1,1gr;Só:1,3gr;Zsír:42,4 gr;                      Tzs:1,6 gr;Kalc:411,66 gr</i>	<i>En: 4146 kj /987 kc; Feh:48 gr;                      Szh:153gr;Cuk:41,6gr;Só:1,3gr;Zsír:23,4 gr;                      Tzs:3,5 gr;Kalc:413,38 gr</i>	

1: Glutén; 2:Rák; 3:Tojás; 4:Hal; 5:Földimogyoró; 6:Szójabab; 7:Tej; 8:Dió; 9:Zeller; 10:Mustár; 11:Szezámag; 12:Szulfítok; 13:Csillagfűrt; 14:Puhatestűek

A változtatás jogát fenntartjuk.

Int.vezető:

Shakács:

Dietetikus:

Élelmezésvezető: